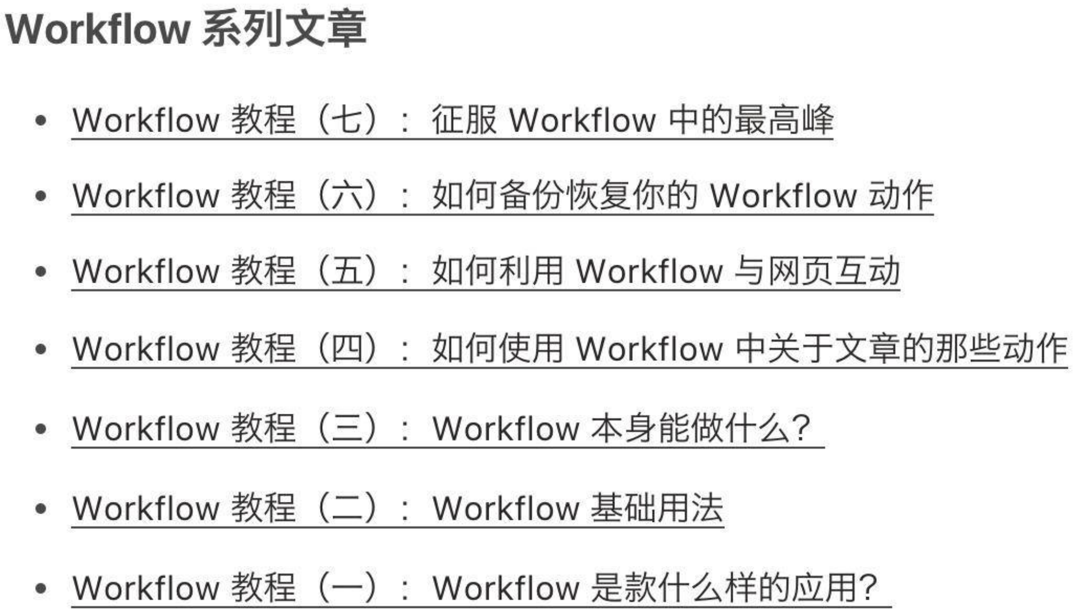
Louiscard 01月10日

1.6 输入篇：通过 Workflow 输入到印象笔记

| 本文为付费栏目文章，您已订阅，可阅读全文 |

讲这部分之前有必要跟大家先聊一聊，什么是 Workflow。这部分内容可以参考 JailbreakHum 的 Workflow 系列教程。我就偷懒直接引用他文章里的介绍啦：



Workflow 系列文章

- Workflow 教程（七）：征服 Workflow 中的最高峰
- Workflow 教程（六）：如何备份恢复你的 Workflow 动作
- Workflow 教程（五）：如何利用 Workflow 与网页互动
- Workflow 教程（四）：如何使用 Workflow 中关于文章的那些动作
- Workflow 教程（三）：Workflow 本身能做什么？
- Workflow 教程（二）：Workflow 基础用法
- Workflow 教程（一）：Workflow 是款什么样的应用？

> 在智能设备上我们需要那些能够缩短我们流程的应用，能够帮我们直击任务，从而让我们保持注意力并且节省时间。

这款据说可以「让所有人都开心的效率工具」也可以帮助印象笔记的用户节省不少时间，而且，它被 Apple 官方收购，完全免费。

这部分因为涉及到比较复杂的 Workflow，不是我们教程的重点，所以不展开讲 Workflow 的制作方法，而是直接推荐几个非常好用的 Workflow 给大家，稍微讲一讲制作的基本思

通过 Workflow 语音转文字快速生成笔记

我发现一个很有趣的现象，很多人特别怕写东西，盯着屏幕半个小时也敲不出 500 字，但是却不怕说。我们正常的语速一般是每分钟 300 字左右，半个小时下来，就是 9000 字。所以，很多人干脆不是写文章，而是口述，由专人去帮忙整理成文字稿，比如纳博科夫就是念卡片，让他夫人敲成文字。

我们可能没有大作家的待遇，拥有这么贴心的另一半，大部分人也请不起专人给自己转录，但是，我们赶上了好时代。不过，虽然现在语音转文字技术越来越好，不过大多数工具，特别是输入法提供的转录功能只支持一句话或者半分钟，完全不够用。

所以，我们首先分享一款我自己制作的 Workflow ，它的主要作用就是帮助大家实现语音转文字的功能。点击之后开始说话，系统会自动将你的话变成文字，点击中间的圆心，发送到印象笔记中即可，我特意录制了一个视频给大家演示

0:00 / 0:36

使用 Workflow 的语音录入到印象笔记

有了这个 Workflow，不如试着开始写作吧。

通过 Instapaper 保存到印象笔记

这个 Workflow 也是我自己制作的，非常简单，满足的需要是：获取了文章网页的网址之后，可以存到 Instapaper，或 过 Instapaper 存到印象笔记。

这个需求其实非常非常小众，这也说明，Workflow 的伟大之处：通过自定义的方式，满足一些用户完全定制化的需求。下面

我来简单介绍下，看看能不能帮助到你。

我的阅读流里面，有一部分文章会存到印象笔记，如我在微信剪藏那部分里讲的，有些文章比如「iPhone 的 10 个新功能」、「马云在湖畔大学的演讲」等等，我想在去公司的路上就能马上听到，因为印象笔记里没有给你念出来的功能，所以，我会存到 Instapaper 以达到这个效果，因此做了这个 Workflow。图示如下：

0:00 / 0:36

用 Workflow 将链接保存到印象笔记

这个 Workflow 的思路和一些细节跟大家分享：

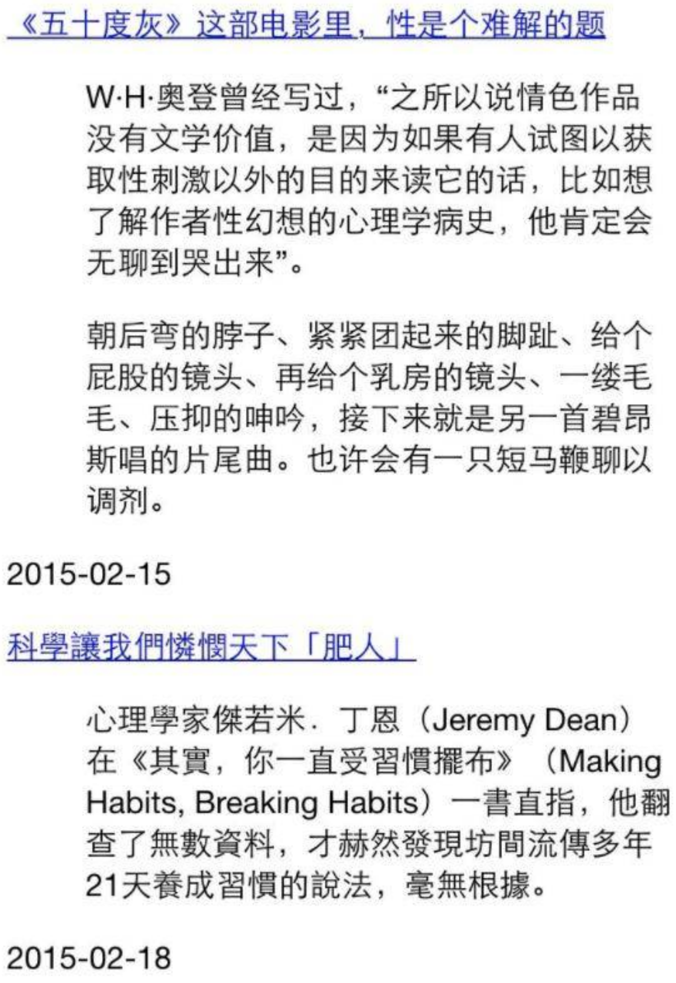
- 直接将网页的内容保存到印象笔记，页面会非常混乱，这个流程实质上是将Instapaper 作为页面的优化的过渡工具。
- 如果只是把 Instapaper 作为过渡工具的文章，并不会到 Instapaper 的首页，而是直接存入一个单独的文件夹，避免和我其他要阅读的内容混淆。
- 如果只是把 Instapaper 作为朗读工具，会保存到首页，方便调取收听，听完之后如果觉得有价值，还可以再从 Instapaper 转发到印象笔记。
- （P.S. 目前 Instapaper 在中国区暂时下架，可以使用「收趣」代替。）

0:00 / 0:26

使用收趣进行文章的朗读

在 Safari 做摘抄

第二个推荐的是 Hum 的一个从 Safari 摘录内容的Workflow，对复制的内容剪藏到笔记里，并且对这段信息的出处、网址、剪藏时间都能自动提取，效果非常惊艳，大家可以点击上面的链接阅读这篇文章进一步了解。



《五十度灰》这部电影里，性是个难解的题

> W·H·奥登曾经写过，“之所以说情色作品没有文学价值，是因为如果有人试图以获取性刺激以外的目的来读它的话，比如想了解作者性幻想的心理学病史，他肯定会无聊到哭出来”。
>
> 朝后弯的脖子、紧紧团起来的脚趾、给个屁股的镜头、再给个乳房的镜头、一缕毛毛、压抑的呻吟，接下来就是另一首碧昂斯唱的片尾曲。也许会有一只短马鞭聊以调剂。

2015-02-15

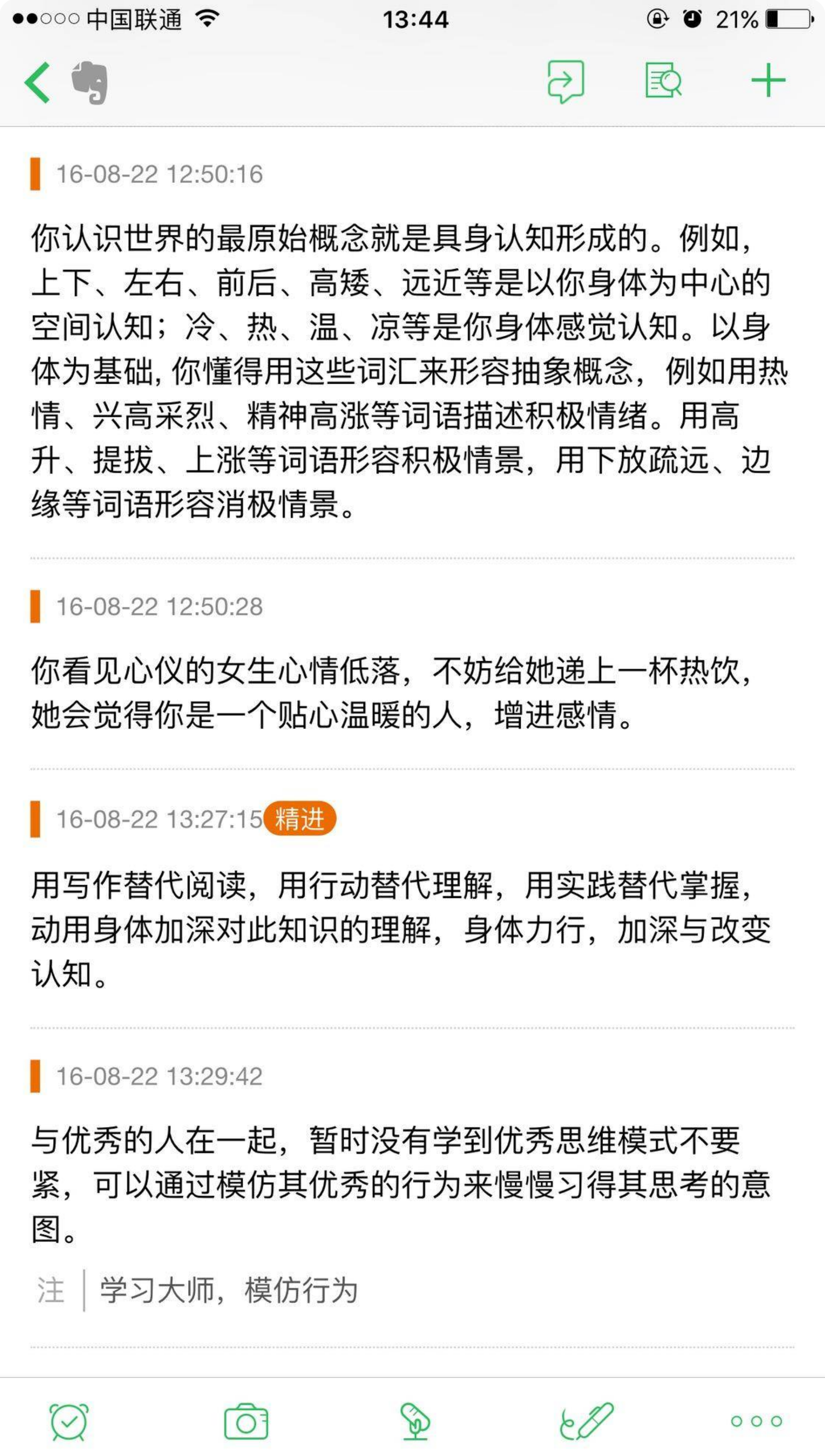
科學讓我們憐憫天下「肥人」

> 心理學家傑若米．丁恩（Jeremy Dean）在《其實，你一直受習慣擺布》（Making Habits, Breaking Habits）一書直指，他翻查了無數資料，才赫然發現坊間流傳多年21天養成習慣的說法，毫無根據。

2015-02-18

高效碎片化知识输入

第三个 Workflow 是 Harry 制作的，主要的作用是方便捕获不同软件的碎片信息，统一存入到一个笔记里面，可以贴标签、时间、备注。我在很长一段时间非常喜欢并依赖这个 Workflow，使用率极高。因为印象笔记在对整篇文章的剪藏上做得很到位，但是除了网页之外，其实我们在移动端各种资讯 App 里面也会经常会看到一些有价值的信息，比如一条至理名言、200 多字的金句、300 多字的段子，这些可能只是一条朋友圈或微博。但事实上，它们的价值并不一定比一篇文章要低，使用这个插件，复制，下拉、点击，三个操作就能将每天遇到的所有的精妙的句子都捕获到你的印象笔记中，体验非常好。下面这张图就是捕获到印象笔记的效果，是不是很赞。



16-08-22 12:50:16

你认识世界的最原始概念就是具身认知形成的。例如，上下、左右、前后、高矮、远近等是以你身体为中心的空间认知；冷、热、温、凉等是你身体感觉认知。以身体为基础，你懂得用这些词汇来形容抽象概念，例如用热情、兴高采烈、精神高涨等词语描述积极情绪。用高升、提拔、上涨等词语形容积极情景，用下放疏远、边缘等词语形容消极情景。

16-08-22 12:50:28

你看见心仪的女生心情低落，不妨给她递上一杯热饮，她会觉得你是一个贴心温暖的人，增进感情。

16-08-22 13:27:15 精进

用写作替代阅读，用行动替代理解，用实践替代掌握，动用身体加深对此知识的理解，身体力行，加深与改变认知。

16-08-22 13:29:42

与优秀的人在一起，暂时没有学到优秀思维模式不要紧，可以通过模仿其优秀的行为来慢慢习得其思考的意图。

注 | 学习大师，模仿行为

具体的 Workflow 可以点击链接查看，文章也提供了下载连接。

我对 Workflow 的使用虽然没有那么重，但每一个 Workflow 都让我切实地觉得这个世界还可以更加美好，在效率提升的道路上永远没有尽头。很多朋友觉得 Workflow 过于复杂，其实只要

把上面几个例子下载下来，花点时间稍微研究下，你会发现这和小时候搭积木、解数学题一样，妙趣横生，可玩性极高，对小白、power user、程序员都非常友好，推荐入手一试。

彩蛋

在修改本文的时候，因为发现 Instapaper 下架，就想是否能够实现不借助第三方的工具也可以让一些文章在我们洗漱、开车、地铁的时候念给我们听。于是去鼓捣了半天 Workflow，本来没抱多大希望，居然被我成功实现了（估计这个很早就被实现过，而且其实收趣 App 的效果要更好，我大概率是在重复造了轮子，不过非常有成就感），只需要复制文章链接，点击这个 Workflow 就可以念给我听，并且可以调整语速。点击下载这个 Workflow。

我们在阅读印象笔记的文章，点击笔记右上角的 `i` ，就能看到文章的链接，点击打开，然后就可以通过 share sheet，打开这个 Workflow 念给你听啦，这种体验就好像提前使用了具备朗读功能的印象笔记，我录制了一个视频演示给大家。

0:00 / 0:39

使用 Workflow 朗读印象笔记的文章

经过这个事情，我更是深刻的体会到 Workflow 的强大，前文我也提到我对 Workflow 其实真是一知半解，但是凭借我非常粗浅的理解，去胡乱地尝试，在 15 分钟里完成了需求的实现，虽然也许还有更好的方式，但通过 Workflow 解决了自己的实实在在的问题，这种感受真的非常美好，过程即是讲理啊，而且还能分享给大家，实在开心的事情。

41

‹ 上一期
1.5 输入篇：高效...

下一期 ›
1.7 输入篇：把 Dr...

评论将在经过作者筛选后公开展示

发送

精选评论（9） **我的评论**

黄卯卯

我之前留言说 Workflow 不支持印象笔记是我自己搞错了~我开了VPN所以没有换区选项

07月08日

Louiscard 作者

多谢，也给其他小伙伴参考……

07月08日

刘兵

你好我在Workflow中无法绑定印象笔记，只能绑定国际版，我百度查了，没找到解决方案

07月08日

Louiscard 作者

看看左上角 右上角等位置有没有调整到印象笔记的菜单，或者先把系统语言调整为 中文 再试试？

07月08日

Taibo

如果局限于听单篇文章，完全可以使用 iOS 自带的无障碍功能「语音」。开启后双指从屏幕顶部下滑（类似打开通知栏）就可以朗读了，会比这样操作简单点。

02月28日

Louiscard 作者

非常好的思路啊！开启了这个功能之后，会对日常对使用造成影响么？能否 24 h 都开启呢？

01月20日

cxyfreedom

通过Ins中转的workflow感觉会有点问题。微信公众号的文章在Ins过渡时好像没有下载完所以导致到印象笔记的时候文章里面会没有图片

02月28日

Louiscard 作者

这样的情况多么？我试了两篇文章，感觉还行。

02月28日

bikkgry

做摘抄的workflow不能获得标题和url了

02月28日

Louiscard 作者

你是指 Hum 做的那个么？我刚才测试了下，可以呀：）

02月28日

黄卯卯

貌似workflow现在只支持国际版Evernote_(:з」∠)_

02月28日

Louiscard 作者

没有呀，Evernote 和 印象笔记都支持，你是无法在 workflow 绑定印象笔记的账号么？

02月28日

夜猫子吃炒饭

您好 ，做safari摘录的那个workflow运行起来怎么那么慢呀？至少20秒。。 额

02月28日

Louiscard 作者

嗯，的确是这样，我改天问问 Hum，最近这个 workflow 有没有升级。

02月28日

小亮哥

我觉得这个朗读功能其实苹果有自带的，只要保存好文章，需要的时候两个手指在屏幕上方，自上而下滑到底就可以马上帮你读出来

02月28日

Louiscard 作者

感谢！很有帮助！我现在每天几乎都会用这个功能！

02月28日

陈锡冬

说个无关的，看到了 “DOTA 火枪” 哈哈哈哈 我也喜欢玩火枪

02月28日

Louiscard 作者

哈哈，不够我的火枪总是因为走位不够猥琐而被集火......用一把没有逃生技能的火枪，想用 10 把蓝猫，哈哈哈哈

02月28日

支持我们 作者招募 用户协议 FAQ Contact Us

© 2013-2018 少数派 | 粤ICP备09128966号-4 | CC BY-NC 4.0
